

# 金融経済 ニュースの着眼点

株式会社大和総研  
金融調査部 主任研究員  
長内 智



## 第41回 高インフレに脆弱な老後生活への備え

世界的な穀物や原油などの商品価格高騰と円安進行を背景に、国内の商品・サービス価格の値上げが止まらず、国民生活を直撃しています。特に、暮らしに必要な食料・エネルギー価格の上昇は、年金で生活している高齢者への影響が懸念されます。今回は、高齢世帯の家計収支の特徴を整理し、老後に向けた資産形成においてインフレへの備えが大切である点について確認します。

### ① 高齢世帯の家計収支の特徴—— ～価格上昇に対して脆弱な構造

食料・エネルギー価格上昇の高齢世帯への影響を考えるため、総務省の「家計調査(2021年)」を用いて、主に年金で生活している高齢世帯の家計収支の特徴を勤労世帯と比較しながら整理します【図表】。主なポイントは、以下の2点です。

1つ目は、高齢世帯の家計収支は、実支出が実収入を上回る赤字状態にあり、黒字の勤労世帯とは対照的です。もちろん、個々に見ると黒字の高齢世帯も存在しますが、平均的な世帯像としては、家計収支は赤字であり、過去に蓄積した貯蓄の取り崩しを行っています。こうした状況は、人生のライフサイクルにおいて、相対的に所得の高い現役時代に貯蓄し、退職して所得が減少した後にその貯蓄を取り崩していくという、経済学でよく知られた考え方と整合的です。

2つ目は、高齢世帯の実収入に対する食料、光熱、水道、住居の比率が、勤労者世帯に比べて高いということです。食料の比率は、勤労世帯が13.0%であるのに対し、高齢夫婦世帯が25.4%、高齢単身世帯が25.1%となっており、高齢世帯の負担割合がかなり大きくなっています。

また、食料、光熱、水道、住居を合計した比率は、勤労者世帯が19.8%、高齢夫婦世帯が

39.3%、高齢単身世帯が42.8%であり、高齢世帯は勤労世帯の約2倍の水準です。なお、高齢世帯のうち単身世帯の比率が高いのは、老後の1人当たり生活費が、2人以上の世帯より単身世帯の方が大きくなりやすいこと等によるものと考えられます。

このような家計収支の特徴から、高齢世帯は、勤労者世帯よりも食料・エネルギー価格上昇に対して脆弱であると考えられます。

また、総務省の「消費者物価指数」によると、食料・エネルギー価格(大和総研試算)は、2022年5月に前年比+7.0%となりました。この水準は、2000年代後半の資源バブルや2014年4月の消費増税の時期を上回っており、最近の価格上昇が高齢世帯の暮らしに対して強い逆風となっています。

### ② 徐々に厳しさを増す老後生活—— ～約5人に1人が単身高齢者

高齢世帯の暮らしに関しては、これまでの値上げラッシュに伴う消費支出の増加に加え、2022年度の年金額が減額改定され、2022年6月の年金受給額が小幅ながら減少したこともマイナスに影響しています。つまり、値上げと年金減額という「ダブルパンチ」に直面しているというわけです。

また、2010年代以降、高齢世帯は、年金収入が伸び悩む中で生活に必要な不可欠な費用が増



加し、その老後生活は徐々に厳しさを増してきました。年金額については、「マクロ経済スライド」という制度上の仕組みにより、少子高齢化の進展に伴う調整分が減額され、インフレ下において実質的に目減りする構造になっている点にも注意が必要です。

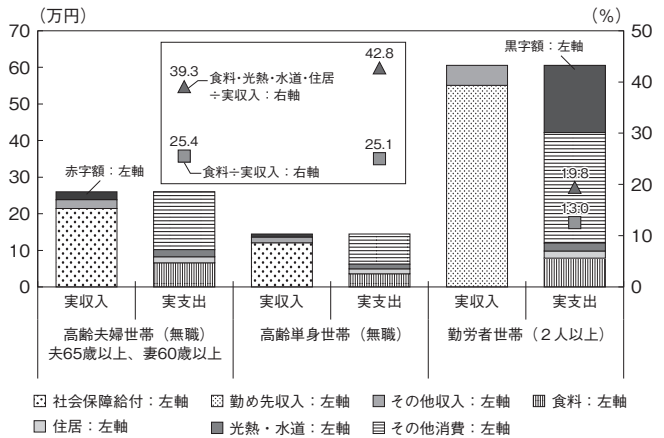
さらに、日本では、長寿化や核家族化の進展により、高インフレの影響を受けやすい単身高齢者数が増加傾向にあります。2020年の「国勢調査」によると、65歳以上の単身高齢者は5年前に比べて13.3%増の671万6806人と過去最高を更新しました。実に、高齢者(3533万5805人)の約5人に1人が単身高齢者ということであり、将来の老後生活を検討する際には、こうした世帯構成の変化を考慮しておくことも大切です。

### ③ 老後に向けた資産形成の課題—— ～インフレリスクへの備え

先行きについて、食料・エネルギー価格がさらに上昇する見通しであることを踏まえると、当面、高齢者をはじめとする家計の暮らし向きは厳しい状況が続くと見込まれます。

今から約3年前の2019年5月以降、いわゆる「老後資金2000万円問題」が世間の大きな話題となり、国民の老後不安を高めるきっかけになりました。これにより、「公的年金だけでは老後生活が心配だ」と考える人を中心に、将来への備えとして、預貯金よりリスクはあるが高リターンも期待できる証券投資を始めようという人が増加しました。

【図表】 高齢世帯と勤労者世帯の家計収支 (2021年)



出所：総務省「家計調査」より大和総研作成

今回の食料・エネルギー価格をはじめとする幅広い商品・サービス価格の上昇を背景に、足元で老後生活の厳しさが再認識されつつあります。老後に向けた資産形成における教訓としては、長期的な視点から、インフレリスクへの備えが重要ということです。

具体的な対応策としては、資産ポートフォリオの配分変更が挙げられます。例えば、相対的にインフレに弱いとされる現預金の比率を一定程度減らし、インフレヘッジとなる資産を組み入れることが考えられます。インフレに強い資産としては、金（ゴールド）や不動産、株式、物価連動債などが代表的です。

ただし、気を付けておきたいことは、具体的な商品の仕組みとリスクを事前にしっかり確認しておくという点です。また、インフレが相当進展した局面でインフレヘッジを行うと、その後インフレが徐々に落ち着いてくる段階で、かえってマイナスに働く可能性が高いということにも留意が必要だと思います。

**おさない さとし** 2006年早稲田大学大学院経済学研究科博士課程単位取得退学、大和総研入社（金融資本市場担当）。2008～10年大和証券に転向（海外市場担当）、2010年大和総研に帰任（新興国、日本経済担当）。2012～14年内閣府参事官補佐として経済財政白書、月例経済報告などを担当。2014年大和総研に帰任（日本経済担当）、2018年より現職（金融資本市場担当）。CFP®認定者。執筆書籍：『デジタル化する世界と金融—北欧のIT政策とポストコロナの日本への教訓』金融財政事情研究会、2020年、共著。『トランプ政権で日本経済はこうなる』日本経済新聞出版社、2016年、共著。『リーダーになったら知っておきたい 経済の読み方』KADOKAWA、2015年、共著。